



Full Mind or Mindful



Achtsamkeitsworkshop

Achtsamkeit bedeutet, den gegenwärtigen Moment bewusst wahrzunehmen, anzukommen, Ruhe zu finden und zu spüren. Pferde sind die besten Lehrer, um wieder mehr Achtsamkeit zu leben, denn sie leben immer im Hier und Jetzt.

Auch bei der Arbeit mit Pferden ist uns ein Achtsamer Umgang sehr wichtig.

Unser Workshop findet in Kleingruppen statt und beinhaltet eine Mischung aus verschiedenen pädagogischen Methoden, praktischen Übungen, Selbsterfahrung, Übungen mit den Pferden vom Boden aus und etwas Theorie.

Erfahrung mit Pferden ist nicht notwendig.

Teilnahme nur mit Voranmeldung.

ACHTSAMKEIT mit Pferden **Workshop**

Termine: 21. April 24 (13-18 Uhr), 07. September 24

Altersempfehlung: Kinder ab ca. 8 Jahren, Jugendliche, Erwachsene

Wertschätzung: 85.00 € (inkl. Vesper, Handout. 20% Rabatt für alle Mitglieder der RAI-Bundesvereinigung)

Veranstalter: erlebeWesen (Julia Schenk, Sozialpädagogin Reittherapeutin), in 04932 Saathain

Anmeldung und weitere Infos: erlebewesen.reitbuch.com
www.erlebewesen.de

